HĂRNICIE, RESPONSABILITATE, ÎMPLINIRE, PRIN VALENŢELE EDUCATIVE ALE SPORTULUI

DIN BANCĂ LA... CATEDRĂ, PE DRUMUL FIRESC AL MUNCII

Marilena Neacşu a fost întotdeauna o componentă de nădejde a lotului reprezentativ feminin de gimnastică, socotită, pe bună dreptate, ca „om de echipă". Antrenorul Nicolae Buzoianu, de la Clubul sportiv şcolar din Sibiu, a recomandat-o acum cîţiva ani antrenorilor Marta şi Bela Karoly, iar aceşti doi reputaţi tehnicieni aveau să se convingă imediat că pot conta pe Marilena Neacşu. Printr-o pilduitoare dăruire şi o perseverenţă ieşită din comun în perfecţionarea continuă a măiestriei sportive, Marilena a devenit curînd o gimnastă de frunte a ţării, îmbrăcînd apoi deseori tricoul echipei reprezentative. În 1976, la Jocurile Olimpice de la Montreal, doar cîteva sutimi de punct au despărţit-o de... medalia de argint, pentru că atît i-a lipsit pentru a fi selecţionată în echipa reprezentativă a României ! A trebuit să se mulţumească cu postura de rezervă, gata în orice moment, dacă ar fi fost nevoie, să ia locul uneia din colege, desigur cu acelaşi ridicat randament. În 1977, la campionatele europene de la Praga, evoluează cu mult succes alături de Nadia Comăneci şi Teodora Ungureanu, situîndu-se, în imediata lor apropiere, în toate cele patru probe ale competiţiei. În anul următor face parte din sextetul de bază al echipei reprezentative, cucerind „argintul", la campionatele mondiale de la Strasbourg, pentru ca anul trecut, la Fort Worth, Marilena Neacşu să se afle din nou în focul emoţiilor sportive.

Anul trecut, în viaţa Marilenei Neacşu s-a produs un prim şi foarte important salt calitativ în direcţia împlinirii idealurilor de muncă şi viaţă. Susţinînd, împreună cu alţi componenţi ai loturilor reprezentative şi olimpice, examenul de admitere la I.E.F.S., Marilena Neacşu a trecut cu foarte bine această adevărată „probă de foc", aflîndu-se în fruntea listei celor admişi în anul I al cursurilor fără frecvenţă. „M-am înscris la fără frecvenţă — ne spunea cunoscuta gimnastă — pentru că am considerat că e prea devreme să întrerup complet cu gimnastica de performanţă, să mă despart de colectivul de sportive şi antrenori cu care am lucrat în ultimii 4—5 ani".

Şi, într-adevăr, zilele trecute am întîlnit-o pe Marilena în sala de gimnastică de la Deva, alături de Nadia, Emilia, Dumitriţa, Melita, Rodica şi de toate celelalte tinere gimnaste componente ale lotului olimpic. La bîrnă, paralele, sărituri sau sol, Marilena Neacşu lucra cot la cot cu mai tinerele sale colege, străduindu-se să adauge noi valenţe măiestriei sportive şi sperînd, poate, că va mai fi încă utilă echipei naţionale, chiar dacă este pe deplin convinsă că sportivele tinere vor avea întotdeauna mai multe şanse la selecţie.

Aveam însă să constatăm că în viaţa Marilenei Neacşu s-a produs în prima lună a anului 1980 un nou moment important şi deosebit de semnificativ. Într-adevăr, nu mică ne-a fost mirarea cînd, imediat după antrenament, am întîlnit-o pe Marilena, aceeaşi care lucrase timp de două ore alături de lotul reprezentativ, din nou în sală, dar de data aceasta în calitate de... profesoară ! Ni s-a spus că, la propunerea antrenorului emerit Bela Karoly, Marilena Neacşu — avînd calificativul de antrenoare cu categoria a IV-a — a preluat o grupă de gimnaste din clasa I, cu care lucrează, alături de ceilalţi tehnicieni ai şcolii respective. Cu modestia şi pasiunea cu care ea însăşi a fost învăţată să lucreze, se străduieşte, la rîndu-i, să insufle foarte tinerelor sportive dragostea şi plăcerea pentru mişcare, pentru gimnastică, dorinţa de învăţare şi perfecţionare.

Şi pentru a întregi parcă acest buchet de frumoase realizări ale unei tinere sportive, care vorbesc — de fapt — despre posibilităţile nelimitate ale tineretului patriei noastre de a se afirma în toate domeniile, de a-şi realiza cele mai îndrăzneţe visuri, de a fi onoraţi de societatea profund umană în care trăiesc şi muncesc, la recenta conferinţă a Consiliului judeţean Hunedoara pentru educaţie fizică şi sport, Marilena Neacşu a fost aleasă în unanimitate membră a Biroului Executiv al C.J.E.F.S., urmînd a-şi aduce, şi în această calitate, un aport la continua dezvoltare a mişcării noastre sportive.

Constantin MACOVEI



Marilena Neacşu *într-o mişcare „model" pentru micile sale eleve* Foto : N. DRAGOŞ

PENTRU SPORTIVA MARGARETA CĂTINEANU A-ŢI FACE DATORIA ÎNSEAMNĂ UN ACT DE CONŞTIINŢĂ

O urmăream, nu de mult, pe cunoscuta sportivă Margareta Cătineanu la o lecţie obişnuită de antrenament, acolo unde şi-a făcut debutul în popice şi unde şi-a pregătit, de 15 ani încoace, fiecare succes în micile şi marile competiţii : arena Întreprinderii de ţevi Republica din Capitală. Lansa bilele, de aproape 3 kg. fiecare, una după alta, cu forţă, cu ambiţie tot mai aprinsă, lovind de fiecare dată în plin. O manşă, încă una, şi încă una. Din plăcere ? Cu siguranţă, altfel nu ar fi ales acest sport. Dar numai atît ?

Margareta Cătineanu zîmbeşte : „În sport, ca şi în viaţă, dealtfel, dacă vrei să trăieşti satisfacţia de a fi realizat ceva deosebit — şi toţi oamenii buni tind spre aceasta — trebuie să munceşti din toată inima, cu toate forţele". Glasul ei subliniază, parcă, ultimele cuvinte : „din toată inima, cu toate forţele". De aceea o şi întrebăm: „De unde aţi învăţat acest lucru, tovarăşă Cătineanu ?" „Mai întîi de la mama, apoi de la oamenii mai în vîrstă, din documentele de partid".

Drumul ei în sport şi în viaţă dovedeşte că Margareta Cătineanu a avut totdeauna în faţă acest crez.

Cînd a fost promovată în echipa întreprinderii gîndea : „Să fac cinste uzinei". Şi a făcut. Promovînd în lotul naţional de junioare, apoi în cel de senioare a promis: „Vom apăra prestigiul sportului românesc !" Notăm cîteva din succesele sale, ca mărturie că pentru Cătineanu a-ţi face datoria înseamnă un act de conştiinţă : campioană republicană în 1971 ; campioană europeană (echipe) junioare, în acelaşi an; locul doi la campionatul mondial din 1974 (perechi, cu Elisabeta Albert) şi locul trei pe echipe ; locul unu în „Trofeul Carpaţi", la perechi (cu Alexandru Cătineanu, soţul ei), un loc doi (perechi) şi un loc trei (individual) la mondialele din 1978 ; „Trofeul Carpaţi" — din nou — (perechi, cu Ilie Băiaş) în 1979. Şi, fără îndoială, nu se va opri aici...

Cînd a venit la Republica, era o simplă distribuitoare de materiale. Astăzi este şefa depozitului de scule şi dispozitive aşchietoare, unul din comuniştii preţuiţi şi stimaţi în întreprindere, unul din oamenii care muncesc „din toată inima, cu toate forţele" pentru îndeplinirea însemnatelor obiective puse în faţa colectivului.

„Iar acasă — continuă ea — sînt soţie şi mamă. Şi sînt fericită, pentru că soţul meu munceşte şi gîndeşte ca şi mine, pentru că pe Laurenţiu, băieţelul nostru, îl vom creşte la fel".

Margareta Cătineanu îşi reia — după scurtul nostru dialog — antrenamentul. Cu plăcere, cu setea de a se autodepăşi, pentru că, aşa cum remarca ea, acesta e drumul firesc — şi obligatoriu — spre noi succese. Succese pe care i le dorim din toată inima...

Viorel TONCEANU

Sublinieri

ARMĂ LIBERĂ... NIVEL REDUS

La Stadionul tineretului din Capitală sîntem chemaţi — expres — de două ori pe an. În noiembrie, pentru a consemna amenajările făcute în sălile de sub tribune (reparaţii, vopsitorie etc.) şi acum, în luna februarie, spre a înregistra ce a mai... rămas după antrenamentele din timpul iernii. Exceptînd — cum spun constructorii — „structura imobilului" — n-a mai rămas aproape nimic !

La „Vestiare băieţi", spre exemplu, funcţionau în toamnă 14 duşuri. Ieri, doar unul mai avea robinet ! Au dispărut, ca în fiecare an, şi acele „site" care fac deliciul unei băi sub duş. Normal: băieţii de la rugby preferă jetul puternic ! Mai ales la capătul unui antrenament pe zloată, cînd clisa de pe bocanci n-o mai scoţi decît cu... presiune! Şi administraţia stadionului mai pune un afiş: „Sportivi şi antrenori ! Să întărim disciplina şi ordinea ! Să combatem cu fermitate manifestările şi stările de lucruri negative !"

La bacul de iarnă, aceeaşi atmosferă intensă de „lucru". Cuprinşi, probabil, de o puternică dorinţă de afirmare, canotorii, caiaciştii şi canoiştii vîslesc din răsputeri. Un rastel întreg de rame, padele şi pagae rupte stau mărturie acestui rar întîlnit „efort". Să fie lemnul de vină ? Nu, lemnul e de esenţă tare, dovadă celelalte vîsle care, deocamdată, au scăpat întregi. Cum arată ? Vă spunem noi: slabe, scheletice, numai „fibră", adică neînchipuit de roase, de rău întreţinute. Iar „bătrînul" Ivan, marele Patzaichin, îşi mîngîie pagaea ca pe o vioară şi o ţine la capătul patului, în husă ! Dar, „noul val", cu atîţi antrenori pedagogi, e mai „expulberant". Mai sparge un bec, o oglindă, o uşă — „că aşa e la bac" ! Şi administraţia stadionului mai pune un afiş: „Sportivi şi antrenori ! Să gospodărim şi să folosim cu simţ de răspundere bazele sportive pe care ne pregătim !"

Deci, să gospodărim şi să folosim... La poligonul de tir, trei din cele cinci instalaţii care rotesc ţintele sînt de nefolosit, din pricina ramelor sau a cablurilor rupte. Retezate, pur şi simplu, cică de... glonţ. Bănuim că la proba de „armă liberă... nivel redus". Şi administraţia stadionului mai pune un afiş: „Sportivi şi antrenori ! Vă rugăm să evacuaţi — din nou — dulapurile, pentru a fi demontate în vederea reparaţiei generale a imobilului".

Dar, afişul de „sinteză" se află la poartă, la intrarea în această cunoscută bază sportivă. Şi te întristează văzîndu-l, văzînd adică — vizavi de el — mentalitatea unora care se pregătesc aici: „Sportivi şi antrenori ! Stadionul tineretului vă stă — GRATUIT — la dispoziţie !"

Vorba e cine plăteşte ?

Vasile TOFAN

„VENIŢI CU NOI !"

La Miercurea Ciuc, am aflat de o iniţiativă valoroasă a ziarului judeţean de limbă maghiară „Hargita", iniţiativă care merită toată atenţia : în fiecare săptămînă, pe ultima pagină, apare o rubrică intitulată „Veniţi cu noi !". Este, de fapt, o invitaţie la o excursie sau drumeţie ce se organizează în perioada respectivă în diverse puncte de interes turistic — popularizată astfel de ziar, care pune la dispoziţia cititorilor săi toate amănuntele necesare. O mică hartă, de pildă, arată traseul ce va fi străbătut şi punctul terminus al excursiei. Urmează, pe larg, amănunte privind data plecării, traseului pe care se va merge, lungimea lui, durata în timp, condiţiile de transport şi cazare, detalii privind importanţa şi frumuseţile locului ales, iar — în final — locul de întîlnire şi ora plecării.

Iniţiativa a dat roade. S-au organizat astfel circa 30 de acţiuni, la Izvorul Mureşului, Tuşnad, Mădăraş, Gheorgheni, Lacul Roşu ş.a. Amatori se găsesc din ce în ce mai mulţi. J. Fazekas, prim-secretar al Comitetului municipal U.T.C Miercurea Ciuc, ne spunea: „Acţiunea „Veniţi cu noi !" — organizată săptămînă de săptămînă — are o mare priză în rîndurile tinerilor, ei constituind majoritatea între cei circa 100 de oameni ai muncii care se string la fiecare sfîrşit de săptămînă şi pleacă spre locuri minunate. Şi. sîntem siguri, cunoscînd dragostea pentru turism a celor de pe la noi, numărul lor va creşte mereu".

Credem în această afirmaţie, cunoscînd pasiunea harghitenilor pentru frumuseţile patriei. Cu prilejul unui sondaj făcut printre responsabilii cercurilor de turism din întreprinderile mari ale municipiului Miercurea Ciuc, am aflat că nu există sfîrşit de săptămînă în care circa 50–100 de oameni ai muncii din întreprinderile lor să nu plece în excursii. Era vorba de Filatura de lînă pieptănată, Oficiul de îmbunătăţiri funciare, Întreprinderea de confecţii, Întreprinderea de tricotaje şi Întreprinderea de tractoare.

Modesto FERRARINI

Importanţa şi necesitatea unei vieţi raţionale

Atenţie, sportivi: ALCOOLUL, CAFEAUA, TUTUNUL – MARII DUŞMANI AI SĂNĂTĂŢII ŞI PERFORMANŢEI !

Interviu cu dr. RADU CĂRPINIŞAN, medic primar, director de spital în oraşul Sebeş — Alba

– Tovarăşe doctor Radu Cărpinişan, vă propunem o dezbatere vizînd cîteva probleme de viaţă raţională de stringentă actualitate. Prima este legată de consumul de alcool.

– Vinul a fost folosit de-a lungul întregii istorii a medicinei, pentru calităţile sale nutritive, revigorante, diuretice, vasodilatatoare, antianemice. Dar, cu menţiunea : în cantităţi foarte mici, euforizante, moderate.

– Altfel ?...

– ...altfel, abuzul de alcool are consecinţe dezastruoase asupra sănătăţii, determinînd boli de nervi, stomac, ficat, inimă, rinichi, glande endocrine. El este cauza naşterii unor copii anormali. Totodată provoacă scăderea puterii de apărare a organismului în faţa unor factori de risc, îmbătrînirea timpurie. Mai mult, schimbînd comportamentul oamenilor, îi face agresivi, egoişti. De aici, lezarea relaţiilor dintre oameni, efecte grave ale randamentului în muncă, implicaţii nedorit negative în bugetul familial. Mai recent, multiplele accidente de circulaţie.

– A devenit un fel de „hobby" în zilele noastre consumul de cafea, drog după unii, datorită cafeinei ce o conţine. Chiar aşa să fie ? Un semnal de alarmă pentru sănătate, o cafeluţă dimineaţa sau chiar de mai multe ori pe zi ?

– Cafeina, substanţă medicamentoasă utilă într-o anumită doză, nu este conţinută numai în cafea, ci şi în ceai şi în unele băuturi aşa-zise răcoritoare : pepsi-cola, coca-cola, quick etc. Toate aceste băuturi se consumă astăzi pe scară largă. Motivaţia : acţiunea stimulatoare a substanţei de bază, cafeina.

– De aici şi... popularitatea lor !

– Într-adevăr, acţiunea principală se manifestă asupra scoarţei cerebrale, determinînd creşterea fluxului de idei. Se micşorează în acelaşi timp senzaţia de oboseală, de somn, este intensificată dexteritatea manuală. Sînt manifestări mai mult sau mai puţin evidente, după una sau două ceşti de cafea. Concomitent este stimulată funcţionarea inimii, a aparatului circulator, creşte diureza şi secreţia stomacului.

– Aşadar, o... invitaţie !

– Da, dar, ca şi în cazul alcoolului, cu măsură, în doze utile, care diferă de la om la om. Altfel se ajunge la tulburări dintre cele mai diverse...

– ...un paradox : unii, după o cafea, sau mai multe, au un somn odihnitor...

– ...Într-adevăr, un paradox, deoarece în mod curent, după abuzul de cafea apar fenomene de agitaţie, tremurături, palpitaţii, respiraţie accelerată, iar într-o formă superioară, iritaţii ale aparatului digestiv, cu arsuri şi chiar cu diaree.

– Ce se întîmplă, totuşi, cu cei care, ignorînd aceste prespective, nu renunţă la consumul excesiv de cafea ?

– Pot deveni victimele ulcerului gastro-intestinal, reumatismului gutos, bolilor de inimă sau de nervi. La femei apar curent modificări funcţionale ale vezicii urinare, iar în timpul sarcinii, urmări nefavorabile asupra dezvoltării copiilor.

– În anii din urmă a fost declanşată o veritabilă campanie împotriva fumatului ; în tot mai multe ţări din lume tutunul este ostracizat. Oare primejdiile pricinuite de tutun sînt chiar atît de mari, încît să provoace o nelinişte generală ?

– Fumatul este dăunător, în primul rînd, prin nicotina conţinută în ţigară. În acelaşi timp, prin alte peste 1 000 de substanţe toxice care otrăvesc sănătatea şi provoacă îmbolnăviri grave, pornind de la deteriorarea danturii şi afecţiuni cardiace şi pînă la cancer localizat în multe organe ale corpului : laringe, plămîni, ficat, stomac, prostată ş.a.

– Fumătorii justifică practica consumului de ţigări pentru efectele sale calmante. Care este adevărul ?

– Fumatul nu este justificat cu nimic, efectele sale calmante sînt aparente. Se fumează la început din curiozitate, apoi din plictiseală, după aceea din plăcere sau din... fantezie. Aceste capricii nevinovate devin, însă, obicei, patimă, necesitate. Ca orice toxicomanie.

– Şi consecinţele ?...

– O creştere alarmantă a mortalităţii. La fumători, de pildă, cu 22–80% mai mult, în Anglia, Canada, S.U.A., Japonia, în comparaţie cu nefumătorii. Procentul cel mai mare este în raport direct cu : începerea timpurie a practicii fumatului ; numărul de ţigări consumate zilnic ; obiceiul de a inhala fumul. O precizare : copiii femeilor fumătoare se nasc prematur, slab dezvoltaţi, cu tulburări de creştere, cu boli congenitale.

– Ce trebuie făcut pentru stăvilirea acestor practici ?

– Exemplul personal al medicilor, părinţilor, cadrelor didactice, în sport al antrenorilor şi instructorilor, al celorlalţi factori educaţionali ar putea fi salutar în diminuarea şi chiar dispariţia unor practici nocive pentru organism. Pornită de pe băncile şcolii, din cluburile în care copiii, tineretul descifrează tainele unei discipline, propaganda în favoarea unei vieţi raţionale trebuie să fie deosebit de activă. Mai ales că în cazul sportivilor de performanţă nu sînt admise nici măcar toleranţe infime faţă de aşa-zisele practici nevinovate, din categoria celor specificate în acest dialog. Absolut firesc, deoarece – în caz contrar – „căderile" valorice ale unor sportivi capătă proporţii greu de imaginat şi, mai ales, greu de remontat !...

Interviu realizat de T. BREDEŢEANU